

قياس التردد النفسي لدى لاعبي كرة القدم

لفتة حميد سلمان

جامعة البصرة - كلية العلوم

الخلاصة

اشتمل البحث على ما يلي:

(1) التعريف بالبحث: حيث اشتمل على المقدمة واهمية البحث من خلال الدراسة في دراسة احد جوانب التردد النفسي لدى اللاعبين. اما مشكلة البحث فتكمن خلال دراسة مشكلة التردد النفسي للاعبين في مجال كرة القدم. من خلال بطولة جامعات القطر بكرة القدم المقامة في جامعة البصرة لموسم 2003-2004.

ويهدف البحث الى ما يلي:

(1) قياس دراسة مستوى التردد النفسي لدى لاعبي منتخبات جامعات القطر بكرة القدم.

(2) التعرف على الأسباب والمؤثرات التي تؤدي الى التردد النفسي لدى اللاعبين.

اما فروض البحث:

(1) ظهور مستويات متباينة من التردد النفسي لدى افراد عينة البحث.

(2) هناك العديد من الاسباب التي تؤدي بعينه البحث للتردد النفسي اثناء المنافسة الرياضية.

اما مجالات البحث:

المجال البشري: عينة من لاعبي منتخبات جامعات القطر بكرة القدم والبالغ عددهم (168) لاعب.

المجال الزماني: بطولة جامعات القطر بكرة القدم لموسم 2004 للفترة من 2003/3/1 لغاية 2003/3/15.

المجال المكاني: ملاعب نادي الميناء والبصرة بكرة القدم. محافظة البصرة.

(2) الدراسات النظرية والدراسات المشابهة: حيث تناولت الدراسات النظرية المتعلقة بالموضوع قيد البحث حيث تم التطرق الى ماهية التردد النفسي بالاضافة الى الحديثة عن العوامل المساعدة على ظهور التردد النفسي.

(3) منهج البحث واجراءاته الميدانية: حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح كل مشكلة البحث كما شمل وصفاً لبقية البحث من خلال عدد الفرق المشاركة لـ (12) جامعة وبلغ عدد اللاعبين (168) لاعب كما تمت معالجة البيانات.

4) عرض ومناقشة النتائج: حيث تضمن عرض نتائج التردد النفسي لدى الرياضيين مع عرض مناقشة النتائج.

5) أما اهم الاستنتاجات فهي:

1) ظهور التردد النفسي على كافة العينة ولكن بنسب مختلفة وبدرجات مقارنة.

2) ان لمسة التردد النفسي بالغ الأثر في تحقيق النتائج داخل المباراة.

اما اهم التوصيات فهي:

1) اجراء بحوث لدراسات تتناول سمة التردد النفسي لدى الرياضيين وعلاقته بالمتغيرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم.

2) التأكيد على الجانب النفسي بكل مفرداته وسماته اثناء اداء الوحدات التدريبية.

التعريف بالبحث

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

لقد أصبحت المؤلفات والمقالات والبحوث عن أهمية الرياضة في حياتنا اليومية ونحن بداية الألفية الثالثة نحتاج إلى الجديد في عالم الرياضة ولا نبقى ندور في أفلاك الكلام الملون بعبارات وشعارات رنانة نتحدث عن مدى أهمية وحيوية الرياضة في حياة الإنسان، نحتاج إلى أفعال تطور وتبدع وتصحح أخطاء وتعالج مشاكل ومواضيع في كل من مجالات الرياضة، سواء من جوانب رياضية أو فنية وتدريبية أو في مجال اللعب والمنافسة. وهذا يعني البحث والاطلاع على كل ماله علاقة بالرياضة والمقصود بها العلوم المختلفة التي تسخر بشكل عملي رائع خدمة للجانب الرياضي ومن بين أهم هذه الباقية الرائعة من العلوم هو علم النفس، ذلك العلم المبدع الذي تمكن من احتواء الكثير من المشاكل والمعوقات التي واجهها ويواجهها الرياضيون بان النفس البشرية مهما وصلت بها درجات القوة والصلابة لا بد من وجود الشفافية فيها وهذا ما يميزها عن بقية المخلوقات، رقاها وعلاها ذلك العقل الذي يؤثر ويتأثر بكل ما يحيط به.

والمثيرات التي تتواجد في أي محفل رياضي لا بد أن يكون لها تأثير حتى لو كان بنسبة قليلة ولكن تحدث تغيرات وقد تولد استجابات غير متوقعة لدى الرياضيين حتى لو كان هذا الرياضي قد وصل إلى أعلى المستويات من الأعداد النفسي والذهني ورغم تعوده على مجابهة المنافسات لكنه لا بد من التأثير الذي يعد سلاح ذو حدين فقد يكون به تأثير ايجابي يدفع الرياضي إلى الأداء المتميز وتحسين النتيجة.

وبما إن علم النفس الرياضي جزء هاماً في ثقافة أي رياضي أن كان مدرباً أو مدرساً أو لاعباً أو طالباً لذا يجب أن يكون جزءاً أساسياً في التعليم والتدريب وبالأحرى أن يكون الجزء الأساسي في إعداد المدربين واللاعبين (3:1988:5). ومن هنا يتضح لنا أهمية علم النفس الرياضي في الحفاظ

على مستوى الانجاز الرياضي العالي وزيادة إقبال الناس على ممارسة النشاط الرياضي (11:1987:7).

ومهمة علم النفس الرياضي هي مساعدة المربي أو المدرب على تفهم وحل المشاكل التي تواجهه في عملية التدريب أو التعليم وعلى تفهم ومساعدة الرياضيين الذين يعمل معهم وعلى مختلف المستويات (10:1976:42). وتعد لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية المحبوبة من قبل الصغار والكبار الرجال والنساء على حد سواء فكل ما فيها ممتع ومثير، أي أن سر ومتعة وجمالية كرة القدم يمكن كونها رياضة تتم المنافسة فيها وفق قواعد وقوانين موحدة وسهلة الفهم والتطبيق في كل أنحاء العالم. ونظراً لشعبية هذه اللعبة فقد زادت المنافسة فيها وكثرت المسابقات طالما كان هناك موهوبين ومتميزين في هذه اللعبة يعرضون صور رائعة للأداء المثالي والفن الراقي لتنفيذ الخطط. وبالتالي خلق أجواء عالية من المنافسة ورغم هذا وذاك تبقى هناك بعض السلبيات لان كل شيء نسبي ولا يوجد شيء مطلق ودرجة الكمال تبقى متفاوتة بين اللاعبين في الفرق والمستويات وهذا يعتمد على مستوى الإمكانيات والتكنولوجيا التي تمتلكها كل دولة أو كل نادي.

وعلى الرغم من كل التطورات التي توفرها الدول والأندية للمدربين واللاعبين والتي من خلالها يمكن السيطرة على الكثير من المتغيرات والمؤثرات المتوقعة في المنافسات أو في التدريب لكن يبقى الجانب النفسي من الجوانب التي لا يمكن إحكام السيطرة عليها وتهذيبها بالشكل المتكامل لغرض الصمود أمام الظروف المتغيرة وغير المتوقعة. فكثير من اللاعبين المحترفين واجهوا مواقف أخفقوا فيها والدليل على ذلك ضربات الجزاء التي اخفق فيها خيرة اللاعبين وهذا يعود إلى حالات وأسباب نفسية قد يكون من ضمنها التردد النفسي الذي قد يعد من أهم الأسباب التي قد يعزى إليها بعض حالات الإخفاق في الأداء (داخل المباراة) وتحقيق الانجاز. لذلك فان مسالة الإعداد النفسي أصبحت من الأمور الهامة جداً التي تتركز عليها البرامج التدريبية وأصبح الصراع يدور في المجال النفسي في البرامج التدريبية. ومن هنا جاءت أهمية هذه الدراسة في دراسة احد هذه الجوانب وهو التردد النفسي لدى اللاعبين والذي لم يتم التطرق إليه بشكل كبير في مجال البحوث والدراسة حيث ارتئ الباحث أن يجري هذه الدراسة تعزيراً لمجال البحث في هذا المجال.

1-2 مشكلة البحث:

تعد البيئة المحلية مجال جيد للدراسة والبحث وميدان تخدير ممكن اكتشاف الكثير من المشاكل والمعوقات واستنباط الأفكار والحلول لمعالجة المشاكل وبالتالي الوصول إلى التقدم في مستوى الأداء أو الانجاز والسعي إلى إيجاد الحلول الموضوعية المبنية على أسس علمية صحيحة ولو نظرنا إلى المستوى المحلي في لعبة كرة القدم ومن واقع اختصاص الباحث في هذا المجال من خلال ممارسته للعبة أو من خلال قيادته لكثير من مباريات كرة القدم حكم درجة أولى حيث امتلك الباحث خبرة متواضعة في المجال فان بطولة جامعات القطر بكرة القدم المقامة في جامعة البصرة لموسم 2003-

2004 قد أتاحت للباحث الفرصة لدراسة مشكلة مهمة جداً والتي لاحظ أن لها تأثير كبير على مستوى الأداء أو الانجاز الرياضي إلا وهي مشكلة التردد النفسي لدى اللاعبين ونظراً لقلّة البحوث التي تناولت هذا النوع من المشاكل النفسية في مجال لعبة كرة القدم. لذا ارتأى الباحث أن تكون هذه المشكلة هي محور دراسة البحث.

3-1 أهداف البحث:

1. قياس ودراسة مستوى التردد النفسي لدى لاعبي منتخبات جامعات القطر بكرة القدم.
2. التعرف على الأسباب والمؤثرات التي تؤدي إلى تردد النفسي لدى اللاعبين.

4-1 فروض البحث:

1. ظهور مستويات متباينة من التردد النفسي لدى أفراد عينة البحث.
2. هناك العديد من الأسباب التي تؤدي بعينة البحث للتردد النفسي أثناء المنافسة الرياضية.

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: عينة من لاعبي منتخبات جامعات القطر بكرة القدم والمشاركين في بطولة الجامعات العراقية بكرة القدم لموسم 2003 في محافظة البصرة والبالغ عددهم (168) لاعب.
- 2-5-1 المجال الزمني: بطولة جامعات القطر بكرة القدم لموسم 2004 وللفترة من 2003/3/1 إلى 2003/3/15م.
- 3-5-1 المجال المكاني: ملاعب نادي الميناء والبصرة بكرة القدم -محافظة البصرة.

الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

2. الدراسات النظرية والدراسات المتشابهة:

1-2 التردد النفسي:

التردد هو السبب حالات كثيرة من الفشل فالإلى أي حد أنت واثق من نفسك ومن حكمك في الشؤون المهمة التي تستدعي إلى القطع برأي فيها لاتخاذ قرار ما حولها؟ هل أنت متردد، غير واثق من نفسك، انك تسأل إذا كنت تقوم بالخطوة الصحيحة المناسبة أم لا؟. أن الحياة تتطلب من كل فرد اتخاذ قرارات مختلفة في شأن من الشؤون أو أكثر كل يوم.

وبعض هذه القرارات عقوبة بسيطة، في حين أن بعضها الآخر يمكن أن يغير مجرى حياة المرء كلها. إلا أن العجز عن القطع برأي في حالة معينة أسوأ كثيراً من عدم القطع برأي ما. فالتردد كان السبب في حالات كثيرة من الفشل ورب قائل (أن الظروف لم تكن ملائمة لي، ولا يسعني تقرير ما يجب عمله، فإذا إنا فعلت هذا الشيء الآخر إنا أود أن افعل الشئيين معاً.

أن مثل هذا الشخص، إذا ما التزم هذا الموقف الذهني فإنه سينتهي حتماً إلى عدم عمل شيء، فيسخر المشروعين معاً. لأنه افتقد إلى القرار الذي ينبغي له اتخاذ لمواجهة قضية معينة أو سلوك سبيل العمل السوي.

أن قوة الابتكار تصبح عاجزة ومشلولة أن لم يصاحبها القطع برأي فالفعل الواعي حين يكون في حالة تشويش، فإنه يعكس ذهنياً هذه الحالة المشوشة على (العقل الباطن) الذي يتفاعل مع هذه الصورة الذهنية المشوشة ويعمل على أن تستمر هذه الحالة في الحياة العادية وتكون النتائج دائماً متذبذبة أو (لا ادري أين إنا) غالباً ما نسمع مثل هذه العبارة يرددتها الكثيرون. وهم إذا يرددونها لا يعدون الحقيقة والصواب فالتفكير الخاطئ قد ألقاهم في وحدة الارتباك وهم بلا قصد منهم، يتخيلون أنفسهم في أسوأ حالات الارتباك، واعلم أن قولك بينك وبين نفسك انك لا تدري أين أنت، هو السبيل الأكيد لفقدانك سيطرتك على الظروف المحيطة بك (80:1984:4).

وفي المجال الرياضي مثلاً يمكن أن نشاهد طالباً تردد في القفز إلى حوض السباحة رغم انه يجيد السباحة ويجيد القفز إلى الماء وهو مراقب مراقبة جيدة إن تردد من هذا النوع لا يمكن أن يأتي عفويًا. ويمكن أن تكون أسباب هذا التردد في الطالب نفسه أو أن تأتي من مصادر خارجية والمرء دائماً يحتاج إلى تأكيد ذاته، وهذا التأكيد يتكون من خبرات النجاح التي يحصل عليها ومن خلالها تزداد ثقته بنفسه. ولكن اكتساب الثقة بالنفس ليس بالعمل السهل ولا بالعمل الهين فأساسه المزاج النفسي الايجابي الذي يعد في مقدمة أسبابه تفاؤله وبذل جهده لتحقيق المستوى المطلوب، فربما نجد طالباً مززع الثقة، ضعيف الشخصية، ينهار إمام زملائه لأبسط سبب ويندب حظه لأبسط انتقاد من زملائه أو مدربيه. أن ألمدربي أو الدرب نفسه هو عنصر مهم من عناصر زرع الثقة في النفس خاصة إذا كان هو نفسه ذا ثقة عالية بنفسه فالطالب أو الرياضي يميل إلى تقليد النموذج والى محاكاة مدربيه وزملائه (29:1993:11).

2-2 العوامل المساعدة على ظهور التردد النفسي:

التردد النفسي باعتباره صفة نفسية تنتاب الرياضي في أوقات معينة دون غيرها، هناك عوامل عديدة تساعد أو تقلل ظهورها منها:

- 1) الملل: أن من العوامل المهمة التي يتفق عليها علماء النفس هو عامل الملل. والمقصود بالملل هنا هو أن الشخص الذي يقوم بعمل معين لفترة طويلة سوف يتردد أو ينفر من القيام بنفس العمل أو حتى التفكير به لفترة ولو قصيرة بعد قيامه بذلك العمل. أن هذا الملل سوف يخف أو ينمحي خلال فترة الراحة ويكون المتعلم بعدها مستعداً من جديد لتقبل المعلومات (61:1993:11).
- 2) معرفة الهدف: أن الرياضي الذي يتمرن نحو هدف معين، سيكون له حافز في عمله. وان العمل من دون هدف عمل عقيم وممل، فيجب على المدرب ان يساعد الرياضي في وضع هدف مناسب له يستطيع تحقيقه كي يكون للتمرين قيمة وكي يعرف الرياضي مدى تقدمه (124:1993:11).

- (3) معرفة الشخص لقابليته ومدى نجاحه: أن الشخص الذي يعلم مدى تقدمه ومدى نجاحه يتقدم أسرع من الشخص الذي يتدرب من دون المعرفة. ولهذا يجب على المدرب أن يكون صريحاً على مساعدة الرياضي في تفهم قابليته ونجاحه وفشله (11:1993:124).
- (4) المكافآت والكلمات المشجعة: أن الحصول الرياضي على المكافآت لقيامه باستجابة معينة سيعزز الاستجابة المطلوبة منه، بالإضافة إلى أنه يعترف الآخرون بانجازاته، فمجرد كلمة بسيطة من قبل المدرب قد تؤدي إلى تحسين ملموس في قابلية الرياضي (11:1993:123).
- (5) جاذبية الفعالية والاتجاه السلبي نحو ممارسة الفعالية: أن جاذبية الفرد الرياضي نحو فعالية معينة دون سواها وحده حافزاً لممارسة تلك الفعالية، أن الاتجاه النفسي السلبي نحو ممارسة الرياضة يشكل خاصية مهمة من خواص ممارسة النشاط، لذا يعتبر من العوامل المهمة التي تؤثر في اختيار الفرد لتلك الفعالية والتفاعل معها أو تجنبها. وعلى هذا الأساس فإن الاتجاه السلبي نحو ممارسة الرياضة يؤدي إلى تجنب هذا النوع من النشاط وضعف الانجاز فيه (11:1993:122).
- (6) التفكير تحت أعباء نفسية كبيرة: أن التفكير تحت ظروف وأعباء نفسية كبيرة وجهد بدني عال يجعل الرياضي عرضه إلى التأخير في اتخاذ القرار، وعدم الدقة في التنفيذ، وهذه الظاهرة واضحة ولا تحتاج إلى برهان تجريبي لإثباتها فكلنا نشعر وقد بتجارب عديدة تؤثر ضعف القابلية على التفكير عندما يحمل الفرد بأعباء نفسية كبيرة أو عندما يكون مجهداً بدنياً (11:1993:171).
- (7) العلاقة السلبية بمدرس التربية الرياضية: وهذه الصفة عادة نلمسها عند التلاميذ الضعفاء بالرياضة حيث أنهم يشعرون في الغالب بأن المدرس لا يفهمهم ولا يساعدهم ولا يعطيهم الفرصة العادلة لتحسين مستواهم وقلّة هم التلاميذ الذين تربطهم علاقة إيجابية بالمدرس (11:1993:184).
- (8) الإرادة: هي صفة أخرى من صفات التلاميذ الضعفاء. حيث أن فقدان الإرادة عادة تصاحبه فقدان العزم في التغلب على الصعوبات مع حالات من التردد (11:1993:183).
- (9) الانطوائية: أن حالات الفشل المتكرر تؤدي أحياناً إلى انسحاب من المجتمع فنرى الطالب الضعيف في الرياضة لا يرغب حضور درس التربية الرياضية. وفي الأحيان قد لا يرغب التلميذ في الذهاب إلى المدرسة في الأيام التي فيها درس التربية الرياضية (11:1993:184).
- (10) الخبرة السابقة: أن للخبرة السابقة أثر مهم في تحديد الحالة التي يتصف بها الرياضي قبل المباريات حيث أن الخبرة القليلة وقلّة التجربة ستعرض الفرد لحالاتي حمى البداية وعدم المبالاة التي عادة ما تكون سمة التردد النفسي ظاهرة أو مختفية فيها. أما الرياضي الذي يتمتع بخبرة طويلة وبممارسات كثيرة فإنه سيكون مستعداً لخوض المباراة وعلى مختلف المستويات في درجة جيدة من الاستعداد (11:1993:247).

11) الظروف المناخية: تعتبر الحالة الجوية من الحالات التي تساعد على خلق بيئة جيدة للمنافسة الرياضية، حيث يكون فيها الرياضي مستعداً لبذل أقصى مجهوده. أما إذا كان الجو بارداً أو حاراً أو ممطراً... الخ. فإن ذلك سيؤثر بدرجات متفاوتة على نفسيات الرياضيين. وكذلك نجد أن حالة الرياضي النفسية ستختلف عندما يشترك في منافسة رياضية في جو مناخي يختلف اختلافاً جوهرياً عن البيئة المناخية التي يعيش فيها والتي اعتاد عليها (11:1993:249).

12) النمط الجسمي: لقد قسم شيلدون الأفراد إلى ثلاثة أنواع:

1. النوع المكتنز (اندومورف).

2. النوع العضلي (ميزومورف).

3. النوع النحيل (اكتومورف).

أن لأنماط الثلاثة صفات جسمية وصفات نفسية، وان النمط الجسماني للفرد يؤثر في شخصيته كما يولد لدى الفرد رغبة في مواصلة النشاطات الرياضية التي تتناسب مع نمطه. وهنا نؤكد أن نوع النمط الجسماني قد يساعد في نجاح الرياضي في فعالية معينة ولكنه ليس العامل الأساسي، حيث أن التفوق في الفعاليات الرياضية ينتج من عوامل كثيرة متداخلة قد يكون النمط الجسماني احدها (9:1988:87).

13) التأثير السلبي للآخرين: تتتاب التلاميذ والرياضيين الضعفاء حالة تردد واضحة عند أداء التمرينات بحضور بقية الأفراد. أن هذا التردد ناجم عن الخوف من لوم أو استهزاء الآخرين علاوة على الخوف من الفشل أو الخوف من الإصابة (11:1993:184).

14) الحالة التدريبية: يتميز الرياضي المبتدئ بضعف الثقة بالنفس وبتأثيره السريع بالمؤثرات الخارجية مما يجعله عرضة للعديد من الحالات كما في حمى البداية أكثر من الرياضي المتقدم الذي يتميز باستقرار مستواه وبعدهم التأثير السريع بالمؤثرات الخارجية إذا قارناه بالرياضيين الآخرين (11:1993:248).

15) مكان المنافسة: أن مكان المنافسة له الأهمية في الحالة النفسية للرياضي حيث أنها ستختلف إذا لعب على ملعبه الخاص وفي الأدوات التي تعود له عن ما لو لعب في ساحة الخصم أو في ساحة حيادية (11:1993:149).

16) الجمهور: يمكن اعتبار استجابات المتفرجين وعددهم من العوامل المهمة في تحديد درجة الاستعداد النفسي للفرد الرياضي. حيث أن مستوى اللعبة سيختلف وكذلك الحالة النفسية للرياضي إذا كان عدد الجمهور كبيراً أو إذا كان الجمهور صديقاً أو معادياً أو من الجنس الآخر..... الخ. (11:1993:248).

17) التغيير المفاجئ في العادات اليومية: ينبغي على المدرب الرياضي عدم إجبار الفرد على تغيير عاداته اليومية بصورة مفاجئة استعداداً للمنافسة حتى لا يؤدي ذلك إلى بعض النتائج السلبية. على سبيل المثال ينبغي مراعاة ذهاب الأفراد للنوم في اليوم الذي يسبق المباراة في الموعد المحدد

المعتاد لكل لاعب وليس مبكراً شريطة أن يسمح مثل هذا الموعد للفرد بأخذ قسم وافر من الراحة الليلية (8:1978:176).

18) مستوى وأهمية المنافسة: أن معرفة الرياضي لمستوى الخصم سيؤثر في درجة استعداد ذلك الرياضي. فإذا كان الخصم أعلى من مستواه سيتعرض لحالة حمى البداية. إما إذا كان ضعيفاً فقد يؤدي ذلك إلى اتصاف اللاعبين بحالة عدم المبالاة إضافة إلى ذلك فإن حالة الرياضي ستختلف على حالة عدم معرفته للمستوى الحقيقي للمنافس ومفاجأته له يوم السباق مما يؤدي إلى حالات توتر نفسي وعدم استعداد لخوض المباراة على أحسن الأوجه. كما إن حالة الرياضي ستختلف في اللعاب الرسمية المهمة عن حالته في اللعاب الودية أو التجريبية. وكذلك ستختلف حالة الرياضي في حالة اللعاب الدولية ذات المستويات العليا عن حالته في اللعاب المحلية (11:1993:148).

19) الإحماء: تهدف عمليات الإحماء الخاصة والعامة التي يؤديها الرياضي قبل المنافسة مباشرة إلى العمل على إعداداته وتهيئته من النواحي المعنوية والنفسية والفنية لضمان اشتراكه في أحسن حلة ممكنة (11:1993:223).

20) توفير عناصر الأمن: ينبغي مراعاة عناصر الأمن والسلامة والثقة وخاصة بالنسبة للأداء الحركي الذي يرتبط ببعض المخاطر حتى لا يؤثر فشل اللاعب وإصابته ببعض الإصابات البدنية إلى ظهور أعراض الخوف والإحجام على الفرد الرياضي مما يؤثر تأثيراً بالغاً على تنمية وتطوير سمات الشجاعة والجرأة لديه (8:1998:156).

2-3 الدراسات المتشابهة:

2-3-1 (تصميم وبناء مقياس للتردد النفسي في المجال الرياضي) (فراس حسن عبد الحسين، 1999)

أهداف البحث:

1. تصميم وبناء مقياس للتردد النفسي في المجال الرياضي.
 2. التطبيق التجريبي لهذا المقياس على عينة من الرياضيين ذوي الفردية والفرقية المختلفة.
- استخدم الباحث المنهج المسحي للائتمته لطبيعة الدراسة وأجرى البحث على عينة قوامها (100) لاعباً يمثلون كليات التربية الرياضية. واستنتج الباحث أن سمة التردد النفسي تقيس الصفة المراد قياسها.

2-3-2 (قياس وتقييم التردد النفسي لدى لاعبي الساحة والميدان) (صالح شافي ساجت - آخرون 2001م):

أهداف البحث:

1. قياس وتقييم مستوى التردد النفسي لكافة الفرق المشاركة العراقية والعربية.
2. قياس وتقييم مستوى التردد النفسي لكافة اللاعبين المشاركين في البطولة.
3. قياس وتقييم مستوى التردد النفسي للاعبين الاركاوض والرمي والقفز.

استخدام الباحث المنهج المسحي الملائمة لطبيعة الدراسة وأجرى البحث على عينة قوامها 68 رياضي ويمثلون ست فرق من كليات التربية في الأردن واليمن وفلسطين واستنتج الباحثون إلى ارتفاع ملحوظ في مستوى التردد النفسي لدى كافة اللاعبين المشاركين في البطولة.

منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3. منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث:

أن طبيعة المشكلة المراد دراستها في البحث هي التي تحدد نوعية المنهج المستخدم لاكتشاف الحقيقة (1:1986:33) وبناءً على ذلك فقد استخدم الباحث المنهج الوصفي المعتمد من أسلوب المسح في هذا البحث لكونه الأمتل والأكثر ملائمة لطبيعة المشكلة.

3-2 عينة البحث:

أن الأهداف التي يصفها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها يتحدد طبيعة العينة التي سيختارها (2:1989:109). ولبلوغ هذا الهدف اختار الباحث الطريقة العمدية في اختيار عينة البحث لان اعتماد هذه الطريقة يخدم إجراءات البحث ويساعد كثيراً في التطبيق الصحيح للاستبيان فقد تمثلت عينة البحث باللاعبين الفعليين المشاركين في بطولة جامعات القطر بكرة القدم والمقامة في محافظة البصرة لموسم 2003 وللفترة الواقعة بين 2003/3/10 حيث بلغ عدد الفرق المشاركة 12 جامعة المتمثلين بالجامعات التالية:

جامعة بغداد- الموصل- البصرة- المستنصرية- التكنولوجية- القادسية- ديالى- تكريت- الكوفة- التعليم التقني- ذي قار. حيث بلغ عدد اللاعبين المشاركين (168) لاعباً والذين يمثلون مجتمع الأصل.

3-3 أداة البحث:

اعتمد الباحث استمارة المأخوذة من رسالة الماجستير للباحث فراس حسن عبد الحسين والمرفقة في الملحق رقم (1) حيث صممت وقتنت هذه الاستمارة على البيئة العراقية وعلى طلبة كليات التربية الرياضية في جامعات القطر بعد ذلك قام الباحث بتوزيع الاستمارة على أفراد العينة وبعد أن حصل الباحث على استجابات العينة قام باحتساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها كل فرد وذلك نتيجة لجمع وزن كل فقرة من فقرات الاستبيان الايجابية والسلبية البالغة (51) فقرة اتجاهاً ايجابياً في استمارة خاصة به تمثل نسبة التردد النفسي.

3-4 الوسائل الإحصائية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{العدد الجزئي}}{\text{العدد الكلي}} \times 100$$

3-5 قياس مستويات التردد النفسي:

للتعرف على المستوى الذي يقع فيه اللاعب من حيث امتلاكه لمسة التردد النفسي اتبع الباحث السلم التقديري التالي:

ممتاز	91-51
جيد	132-92
متوسط	173-133
مقبول	214-174
ضعيف	255-215

عرض النتائج ومناقشتها

4- عرض النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج التردد النفسي لدى الرياضيين:

بعد ان قام الباحث بتطبيق الاستبيان على لاعبي عينة البحث والبالغ عددهم (168) لاعباً والذين يمثلون فرق جامعات القطر بكرة القدم قام بحساب درجة كل لاعب والتي تمثل درجة التردد النفسي الذي تمتلکه حيث بلغ متوسط درجات اللاعبين على هذا الاستبيان (6:1999:132) ولما كانت الدرجات تتراوح ما بين (73-235) فهذا يشير إلى تفاوت بين أفراد العينة لسمة التردد النفسي والجدول (1) يمثل التردد النفسي لدى عينة البحث.

جدول (1): يمثل التردد النفسي لدى عينة البحث

الفئة (مستوى التردد)	الدرجات (المستوى)	العدد	النسبة
ممتاز	91-51	11	6.54%
جيد	132-92	51	30.35%
متوسط	173-133	54	32.14%
مقبول	214-174	29	17.26%
ضعيف	255-215	23	13.69%
المجموع		168	100%

4-2 مناقشة النتائج:

يوضح جدول (1) مستويات التردد النفسي لدى عينة البحث حيث نلاحظ أن مستوى الفئة ممتاز قد حدد بـ (91-51) وكان عدد اللاعبين الذين حصلوا على درجة ممتاز هو (11) ونسبة مئوية (6.54%) أما مستوى الفئة تحدد من (132-92) وكان عدد اللاعبين الذين حصلوا على درجة جيد

(51) ونسبة مئوية (30.35%) أما مستوى الفئة متوسط فقد تحدد من (133-173) وكان عدد اللاعبين الذين حصلوا على درجة متوسط (54) ونسبة مئوية (32.14%) أما مستوى الفئة مقبول فقد تحدد من (174-214) وكان عدد اللاعبين الذين حصلوا على درجة مقبول (29) ونسبة مئوية (17.26%) أما مستوى الفئة ضعيف فقد تحدد من (215-255) وكان عدد اللاعبين الذين حصلوا على درجة ضعيف (23) ونسبة مئوية (13.69%).

من خلال ما تم عرضه نلاحظ انه قد تحققت عند المستويات من ذوات الفئة (جيد ومتوسط) أعلى درجات السمة التردد النفسي لإفراد عينة البحث هذا دليل على أن مستوى هذه السمة لم يرتقي إلى الفئة الممتاز بشكل كامل لإفراد عينة البحث ولا كانوا ضمن أدنى فئات بهذا المقياس مما يدل على أن اللاعبين يمتازون بشكل عام بإعداد نفسي امتاز بعدم التركيز عليه وهذا ما يفعله اغلب مدربي الفعاليات الرياضية بشكل عام ولعبة كرة القدم بشكل خاص في العراق. حيث أن اغلب المدربين لا يعطون وحدات تدريبية خاصة بإعداد اللاعبين من الجانب النفسي يدل تركيزها يكاد أن يكون محصوراً على الإعداد البدني والمهاري للاعبين والتكتيكي لهم فقط دون إعطاء أهمية واضحة للإعداد النفسي بكافة سماته الأهمية التي يستحقها هذا الإعداد والذي في كثير من الأحيان هو الذي سيد الموقف في حسم نتائج العديد من المباريات الكروية وفي هذا الإطار يؤكد علماء النفس على أن اللاعب لا بد من أعداده إعداداً نفسياً جنب إلى جنب.

حيث يؤكد نزار الطالب وكامل لويس (2000) أن المشكلات النفسية التي يواجهها الرياضي في حالة التوتر النفسي قبل بدء السباق مباشرة والتي ترافقه إثناء السباق في بعض الأحيان مما يؤدي إلى التأثير على مستوى ذلك الرياضي (12:2000:133) حيث أن الرياضي المشارك في البطولات الرياضية غير معد إعداداً نفسياً جيداً ممكن تعريضه إلى ظهور بعض السمات النفسية التي تعوق العمل الرياضي.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

1. ظهور التردد النفسي على كافة أفراد العينة ولكن بنسب مختلفة وبدرجات متفاوتة.
2. عدم تأكيد المدربين لثناء الوحدات التدريبية اليومية و الأسبوعية على تعزيز الجانب النفسي لدى أفراد عينة البحث بصورة لسمة التردد النفسي وما يرتبط بها بصورة خاصة.
3. أن لسمة التردد النفسي بالغ الأثر في تحقيق النتائج داخل المباراة.

5-2 التوصيات:

1. إجراء البحوث ودراسات تتناول سمة التردد النفسي لدى الرياضيين وعلاقته بالمتغيرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم.
2. الاهتمام بدراسة علم النفس الرياضي وإجراء البحوث والدراسات في هذا المجال.

3. التأكيد على الجانب النفسي بكل مفرداته وسماته إثناء أداء الوحدات التدريبية.
4. الاهتمام الجيد في الإعداد النفسي كونه عنصر مهم في مرحلة الإعداد الرياضي لتحقيق النتائج الرياضية بشكل جيد.

المصادر

1. احمد بدر: أصول البحث ومناهجه، ط2 الكويت، 1986.
2. ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي، مفهومه، أساليبه، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمّان، 1989.
3. ريسان خريبط وناهدة رسن سكر: علم النفس في التدريب والمنافسات الرياضية الحديثة، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة البصرة، 1988.
4. سمير شمخاني: علم النفس في حياتنا اليومية، مطبعة الانجلو المصرية، القاهرة، 1984.
5. صالح شافي ساجت وآخرون: مجلة بحوث ودراسات التربية الرياضية، العدد 14، 2002.
6. فراس حسن عبد الحسين: تصميم وبناء مقياس التردد النفسي في المجال الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، 1999.
7. معيوف ذنون حنتوش: علم النفس الرياضي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1987.
8. محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف لطباعة والنشر، 1978.
9. محمد عوض عبد السلام: الإحصاء في العلوم الاجتماعية، المفهومات والمبادئ الأساسية، المطبوعات الجديدة، الإسكندرية، مصر 1988.
10. نزار الطالب، مبادئ علم النفس الرياضي، مطبعة الشعب، بغداد، 1976.
11. نزار الطالب وكامل طه لويس: علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد، 1993.
12. نزار الطالب وكامل طه لويس: علم النفس الرياضي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 2000.